スマホで、もっとあんしん。

撮った一枚を、大切な人へ。

LINEで写真を送る前に、相手と中身を確認。



季節のERAちゃん

庭の花や、できあがった料理。「こんな一日だったよ」を、写真で伝えてみませんか。まずは一枚だけ選び、送る相手の名前を確かめるところから始めましょう。



編集長・ERAちゃんの今月の一歩

春に撮った写真を、LINEで一枚送れたよ。相手を確かめてから押したら、落ち着いてできたね。次は暗いときに使えるライトを覚えたいな。

2〜3頁 スマホの練習 4頁 安心の備え
5頁 季節の暮らし 6頁 お楽しみクイズ

スマホの練習 ① まずは準備から

LINEで写真を一枚送る

写真を見せてもよい相手を選びます。グループでは、参加している全員に届くことを意識しましょう。

対象：iPhone／Android版LINEのメイン端末。LINEが設定済みで、相手とトークできることが前提です。



ERAちゃんのイラスト／実際の操作画面ではありません。

1 送る相手のトークを開く

LINEを開き、相手のトークを押します。画面上の名前と、これまでの会話がその相手かを確かめます。

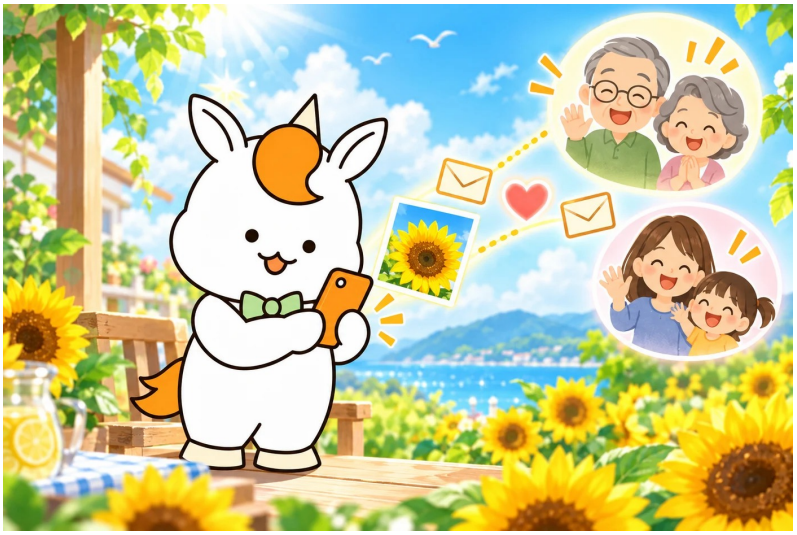
2 写真のマークを押す

文字を入れる欄の近くにある、写真の形のマークを押します。写真へのアクセスを聞かれたら、必要な範囲を選びます。

続きは、次のページへ。できるところまでで大丈夫です。

スマホの練習 ② 確かめてみよう

LINEで写真を一枚送る



ERAちゃんのイラスト／実際の操作画面ではありません。

3 一枚だけ選んで確認する

送りたい写真を選びます。住所や書類、ほかの人の顔など、送りたくないものが写っていないか見ます。

4 送信して、表示を確かめる

相手と写真をもう一度確かめてから、送信ボタンを押します。トークに写真が表示されたか確認します。

戻したいとき・ここでやめるとき

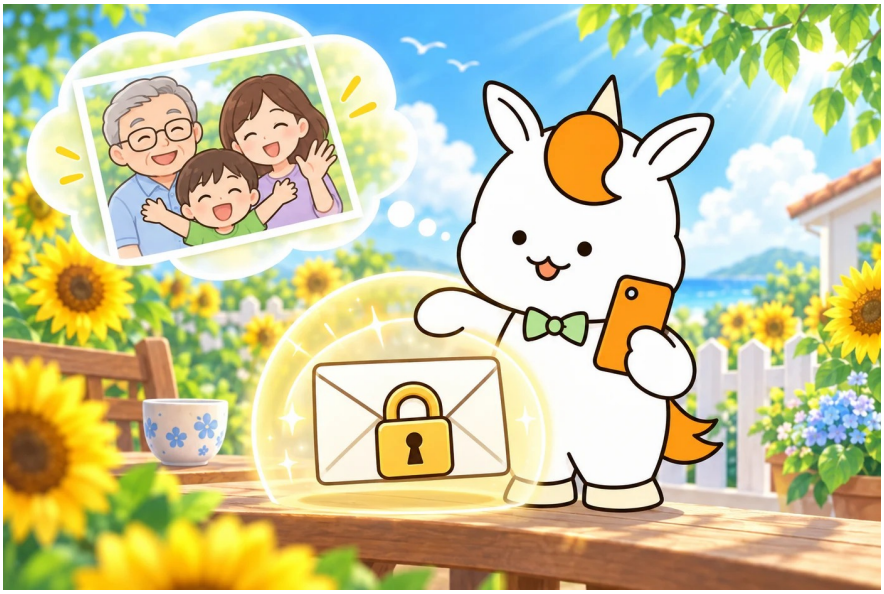
送る前にやめる場合は、写真の選択画面の戻る矢印やキャンセルを使います。送信ボタンを押す前なら、一度戻って選び直せます。

一部Androidで報告された画像・動画送受信の不具合は、LINE公式がAndroid 16 QPR2以降での修正を案内しています。送れないときは何度も押さず、自分の機種・版と公式案内、通信状態を確認します。

あわてず、自分を守る

友だちからでも「認証番号を教えて」は断る

知り合いの名前や写真が出ていても、そのアカウントが悪用されている可能性があります。認証番号は、本人確認のために届く数字です。



ERAちゃんのイラスト／実際の操作画面ではありません。

1. LINEやSMSの認証番号を、人に教えたり画面の写真で送ったりしません。

2. 「急いでお金を送って」などの依頼は、いつもの電話など別の連絡方法で本人に確かめます。

3. 届いたリンク先で、LINEのパスワードや認証番号を入力しません。

すでに操作した・不安が残るとき

教えてしまったら、LINEの公式ヘルプで不正ログインへの対応を確認します。使えない場合も、別の連絡手段で身近な人へ事情を伝えましょう。

季節の暮らしを、心地よく

暑さは、室内でも確かめる



ERAちゃんのイラスト

室内でも、温度や湿度を確かめ、エアコンなどで涼しく過ごしましょう。のどの渇きだけを目安にせず、こまめな水分補給を意識します。

水分・塩分の量を制限されている方は、主治医の指示を優先してください。自分で水を飲めない、意識がおかしいときは119番で救急車を呼びます。

この号の出典

下の名称から公式ページを開けます。確認日：2026-09-20

・LINE：写真を送る
・LINE：画像送受信の修正告知
・LINE：アカウントの保護
・環境省：高齢者の熱中症対策
・厚労省：熱中症の予防

ERAちゃんと、ひと休み。

時間を気にせず、お楽しみください。
答えと考え方は、下で確かめられます。



1. 7 ＋ 6 − 5 ＝ ？

2. 「向日葵」は、なんと読むでしょう。

3. 知人からの依頼なら、認証番号を教えてよい？

答えと、考え方

1. 8 7と6を足して13。5を引くと8です。

2. ひまわり 夏を彩る花です。写真を撮る練習にもよさそうですね。

3. 教えません 名前が同じでも本人とは限りません。認証番号を人に渡さないことが大切です。

気分転換のクイズです。認知症の予防・治療の効果を示すものではありません。

今日の小さな一歩

見せてもよい写真を一枚選び、相手の名前を確認しましょう。今日は選ぶところまででも、次に進む準備ができています。

ERA mobileからのお知らせ

0120-546-537 / 受付10:00〜18:00

紹介1件につき、商品券1,000円分。
無料・予約不要の相談会、訪問サポートもご案内。

紹介の適用条件・進呈対象、相談会の日程・会場、訪問の地域・費用は店舗でご確認ください。
2026年9月20日現在のご案内です。